# Primer Paso

*"Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables."*

**¿A** quién le gusta admitir la derrota total? A casi nadie, por supuesto. Todos los instintos naturales se rebelan contra la idea de la impotencia personal. Es verdaderamente horrible admitir que, con una copa en la mano, hemos deformado nuestra mente hasta tener una obsesión por beber tan destructiva que sólo un acto de la Providencia puede librarnos de ella.

No hay otro tipo de bancarrota como ésta. El alcohol, ahora convertido en nuestro acreedor más despiadado, nos despoja de toda confianza en nosotros mismos y toda voluntad para resistirnos a sus exigencias. Una vez que se acepta esta dura realidad, nuestra bancarrota como seres humanos es total.

Pero al ingresar en A.A. pronto adoptamos otra perspectiva sobre esta humillación absoluta. Nos damos cuenta de que sólo por medio de la derrota total podemos dar nuestros primeros pasos hacia la liberación y la fortaleza. La admisión de nuestra impotencia personal resulta ser a fin de cuentas la base segura sobre la que se puede construir una vida feliz y útil.

Sabemos que son pocos los beneficios que un alcohólico que ingrese en A.A. puede esperar, si no ha aceptado, desde el principio, su debilidad devastadora y todas sus consecuencias. Mientras no se humille así, su sobriedad—si es que la

logra—será precaria. No encontrará la verdadera felicidad. Esta es una de las realidades de la vida de A.A., comprobada más allá de toda duda por una vasta experiencia. El principio de que no encontraremos una fortaleza duradera hasta que no hayamos admitido la derrota total es la raíz principal de la que ha brotado y florecido nuestra Sociedad.

Al vernos obligados a admitir la derrota, la mayoría de nosotros nos rebelamos. Habíamos acudido a A.A. con la esperanza de que se nos enseñara a tener confianza en nosotros mismos. Entonces, se nos dijo que, en lo concerniente al alcohol, la confianza en nosotros mismos no valía para nada; que de hecho era una gran desventaja. Nuestros padrinos nos dijeron que éramos víctimas de una obsesión mental tan sutilmente poderosa que ningún grado de voluntad humana podría vencerla. Se nos dijo que sin ayuda ajena no podía existir tal cosa como la victoria personal sobre esta obsesión. Complicando implacablemente nuestro dilema, nuestros padrinos señalaron nuestra creciente sensibilidad al alcohol—una alergia, la llamaban. El tirano alcohol blandía sobre nosotros una espada de doble filo: primero, nos veíamos afligidos por un loco deseo que nos condenaba a seguir bebiendo y luego por una alergia corporal que aseguraba que acabaríamos destruyéndonos a nosotros mismos. Eran muy contados los que, acosados de esta manera, habían logrado ganar este combate mano a mano. Las estadísticas demostraban que los alcohólicos casi nunca se recuperaban por sus propios medios. Y esto aparentemente había sido verdad desde que el hombre pisó las uvas por primera vez.

Durante los años pioneros de A.A., únicamente los casos más desesperados podían tragar y digerir esta dura verdad. E incluso estos "moribundos" tardaban mucho en darse cuenta de lo grave de su condición. Pero unos cuantos sí se dieron cuenta y cuando se aferraban a los principios de A.A. con todo el fervor con que un náufrago se agarra al salvavidas, casi sin excepción empezaban a mejorarse. Por eso, la primera edición del libro "Alcohólicos Anónimos",

publicado cuando teníamos muy pocos miembros, trataba exclusivamente de casos de bajo fondo. Muchos alcohólicos menos desesperados probaron A.A., pero no les dio resultado porque no podían admitir su impotencia.

Es una tremenda satisfacción hacer constar que esta situación cambió en los años siguientes. Los alcohólicos que todavía conservaban su salud, sus familias, sus trabajos e incluso tenían dos coches en su garaje, empezaron a reconocer su alcoholismo. Según aumentaba esta tendencia, se unieron a ellos jóvenes que apenas se podían considerar alcohólicos en potencia. Todos ellos se libraron de esos diez o quince años de auténtico infierno por los que el resto de nosotros habíamos tenido que pasar. Ya que el Primer Paso requiere que admitamos que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables, ¿cómo iban a dar este Paso personas como ésas?

Era claramente necesario levantar el fondo que el resto de nosotros habíamos tocado hasta el punto que les llegara a tocar a ellos. Al repasar nuestros historiales de bebedores, podíamos demostrar que, años antes de darnos cuenta, ya estábamos fuera de control, que incluso entonces nuestra forma de beber no era un simple hábito, sino que en verdad era el comienzo de una progresión fatal. A los que todavía lo dudaban, les podíamos decir, "Tal vez no seas alcohólico. ¿Por qué no tratas de seguir bebiendo de manera controlada, teniendo en cuenta, mientras tanto, lo que te hemos dicho acerca del alcoholismo?" Esta actitud produjo resultados inmediatos y prácticos. Entonces se descubrió que cuando un alcohólico había sembrado en la mente de otro la idea de la verdadera naturaleza de su enfermedad, esta persona nunca podría volver a ser la misma. Después de cada borrachera, se diría a sí mismo, "Tal vez esos A.A. tenían razón…" Tras unas cuantas experiencias parecidas, a menudo años antes del comienzo de graves dificultades, volvería a nosotros convencido. Había tocado su fondo con la misma contundencia que cualquiera de nosotros. La bebida se había convertido en nuestro mejor abogado.

¿Por qué tanta insistencia en que todo A.A. toque fondo primero? La respuesta es que muy poca gente tratará de practicar sinceramente el programa de A.A. a menos que haya tocado fondo. Porque la práctica de los restantes once Pasos de A.A. supone actitudes y acciones que casi ningún alcohólico que todavía bebe podría siquiera soñar en adoptar. ¿Quién quiere ser rigurosamente honrado y tolerante? ¿Quién quiere confesar sus faltas a otra persona y reparar los daños causados? ¿A quién le interesa saber de un Poder Superior, y aun menos pensar en la meditación y la oración? ¿Quién quiere sacrificar tiempo y energía intentando llevar el mensaje de A.A. al que todavía sufre? No, al alcohólico típico, extremadamente egocéntrico, no le interesa esta perspectiva—a menos que tenga que hacer estas cosas para conservar su propia vida.

Bajo el látigo del alcoholismo, nos vemos forzados a acudir a A.A. y allí descubrimos la naturaleza fatal de nuestra situación. Entonces, y sólo entonces, llegamos a tener la amplitud de mente y la buena disposición para escuchar y creer que tienen los moribundos. Estamos listos y dispuestos a hacer lo que haga falta para librarnos de esta despiadada obsesión.